

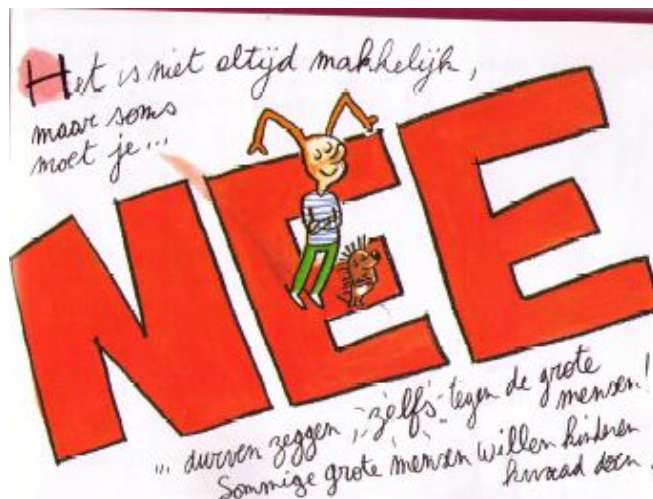
# De Cactusbrief

## Ongewenste intimiteiten Ongewenste intimiteiten

Niemand mag iets doen met jouw lijf wat je niet wilt en waar je geen goed gevoel over hebt.

Ook mag niemand iets aan jou vragen te doen waar je je vervelend over voelt.

Houd in gedachten dat als iemand jou zegt dat het een geheim is of moet blijven, omdat er anders bijvoorbeeld iets gebeurt met jou of je familie, dat dit **geen geheim** is!



## Er is wat en wat dan.....

- Als je bijvoorbeeld gepest wordt, denk je misschien dat het nooit ophoudt. En als je vaak en lang gepest wordt, denk je misschien dat het je eigen schuld is. Maar dat is niet waar. Jij bent wie je bent en niemand heeft het recht om te pesten. Samen met anderen kun je het pesten stoppen, ook al zal dat niet makkelijk zijn.



- Soms zijn er andere dingen die je niet begrijpt, zoals bijvoorbeeld 'rare' ongewenste grapjes/opmerkingen of als je ongewenst aangeraakt wordt. Ze zijn moeilijk, verwarrend en je voelt je er rot door.

Misschien wil je het liefst dat stomme pesten of die vervelende dingen vergeten, er niet over praten. Maar als je niets vertelt, weet niemand hoe rot jij je voelt.

Probeer er over te praten met je ouders, met je meester of juf. En als je denkt: "Ze luisteren niet, ze begrijpen het niet", zoek dan verder naar iemand die je vertrouwt. Dit kan iemand van de kindertelefoon zijn of de vertrouwenspersonen bij jou op school.

De telefoonnummers van twee (christelijke) kindertelefoons zijn:  
De Praatpaal (Ermelo) 06 - 55 92 09 88 of  
Stichting Chris (landelijk) 078 – 631 23 00

Kindertelefoon, gratis nummer: 0800-0432 ([www.kindertelefoon.nl](http://www.kindertelefoon.nl))

Maar het domste wat je kunt doen is: **er niet over praten!**

Er zijn vier manieren om met ons in contact te komen:

1. Er zijn twee brievenbussen, één bij de jongens- en één bij de meisjestoiletten van de bovenbouw, waar je een brief voor ons in kunt stoppen. Vergeet niet je naam en/of telefoonnummer op te schrijven zodat wij contact met je op kunnen nemen. Misschien is het ook handig als je op je brief schrijft hoe je contact met ons wilt; mogen we je bellen of opzoeken op het schoolplein?
2. Je mag ons ook zelf bellen:  
Hennie 0341 - 56 26 84  
Marco 0341 – 55 76 73
3. Stuur een mailtje naar ons mailadres. Dit adres kun je vinden op de site van de Goede Herderschool, onder het kopje vertrouwenspersoon.
4. Natuurlijk kun je ook naar ons toekomen op het schoolplein of via de juf of meester een afspraak maken.

# Tips veilig Hyven

## Tips veilig Hyven

Op Hyves kun je contact onderhouden met je vrienden en foto's delen. Deze kun je openbaar maken voor iedereen, maar je kunt ze ook afschermen voor niet-vrienden. Datzelfde geldt voor je hele profiel.

Om je te helpen bewust keuzes te maken in wat je wel en niet op Hyves zet en wat je wel of niet afschermt, hier een aantal tips:

### **Kies een 'sterk' wachtwoord**

Om te beginnen is een 'sterk' wachtwoord belangrijk. Sterke wachtwoorden bestaan uit een combinatie van hoofd- en kleine letters, cijfers en eventueel speciale tekens zoals ,./!@#\$%\*. Een wachtwoord moet ook niet makkelijk te raden zijn. Zwakke wachtwoorden zijn bijvoorbeeld je geboortedatum, de naam van je huisdier of gewoon een woord uit het woordenboek. Het beste is om je wachtwoord volledig willekeurig te kiezen. Gebruik nooit hetzelfde wachtwoord voor zowel Hyves als voor je e-mail of andere websites. Zorg ook dat je wachtwoord tenminste 8 tekens lang is. En dit is een beetje een open deur, maar geef je wachtwoord nooit aan anderen.

### **Accepteer alleen betrouwbare uitnodigingen**

Niet iedereen is wie hij of zij beweert te zijn. Accepteer alleen uitnodigingen van mensen die je kent. Je kan natuurlijk ook altijd even kijken wat je connectie is met diegene. Nodig zelf ook alleen mensen uit die je kent.

### **Maak een screenshot**

Als je een vervelende krabbel krijgt of op andere manier wordt lastiggevallen, maak dan altijd een screenshot van de reactie of het bericht. Op die manier heb je later altijd bewijs van wat er gebeurd is, ook als de krabbel bijvoorbeeld verwijderd wordt. Een screenshot maak je als volgt: Druk op Print Screen. Vervolgens open je Paint via het menu Start en druk je op Ctrl-V. Hiermee plak je de gemaakte schermafdruck in het nieuwe venster. Kies Bestand, Opslaan en sla de schermafdruck op.

### **Pas op met vertrouwelijke informatie**

Wees je bewust van wat je plaatst op plekken waar iedereen kan komen. Met andere woorden: wees voorzichtig met het plaatsen van vertrouwelijke informatie, zoals je telefoonnummer, je mailadres, waar je woont, of waar je precies bent. Je zichtbaarheid instellen doe je op Hyves via Mijn menu > Privacy.

## Pas op met bijvoorbeeld foto's

Hetzelfde geldt voor het plaatsen van foto's waar je misschien later spijt van kunt krijgen.

**Meer informatie voor jou of je ouders is te vinden op onder andere de volgende sites:**

- Mijn Kind Online - <http://mijnkindonline.nl/>
- Digi Bewust - <http://mijndigitalewereld.nl/>
- Surf Wijzer - <http://www.surfwijzer.nl/>
- Help wanted - <http://helpwanted.nl/>

Vertrouwenspersonen kinderen Goede Herderschool



Hennie Visscher en Marco van Beek

**Jij hebt het recht om je veilig te voelen!**